

Cómo Proteger Sus Ojos

- Hágase una examinación de ojos con pupilas dilatadas por lo menos una vez al año, aún en el caso de que usted pueda ver bien actualmente.
- Mantenga su nivel de azúcar en la sangre normal. Si su doctor le ha dado pastillas o insulina para la diabetes, asegúrese de tomarlas de acuerdo a lo recetado. Hágase la prueba del azúcar en la sangre. Anote los resultados para poder discutirlos con su doctor.
- Hágase controles frecuentes de la presión de sangre. Si le han recetado pastillas para controlar la presión de sangre, asegúrese de tomarlas aún cuando se sienta bien. Una presión de sangre elevada puede hacer que empeoren rápidamente sus problemas de ojos.
- Llame a su doctor cuanto antes si tiene visión borrosa o visión doble, si ve puntos oscuros, si tiene dificultad para ver de noche, o si tiene dolor o siente presión en los ojos.
- Si necesita tratamiento, es importante que vea a un oftalmólogo (médico).

Haga este auto examen para ver cuánto sabe

1. La persona con diabetes debe hacerse examinar los ojos por lo menos una vez al año.
 Verdadero Falso
2. Las personas con diabetes corren un riesgo mayor de contraer enfermedades de los ojos.
 Verdadero Falso
3. Las enfermedades diabéticas de los ojos pueden ser tratadas.
 Verdadero Falso
4. Las enfermedades diabéticas de los ojos casi nunca presentan señales tempranas de alerta.
 Verdadero Falso
5. La cirugía por medio de rayo láser ayuda a controlar la retinopatía diabética.
 Verdadero Falso

Todas las respuestas son verdaderas.

¡Proteja sus ojos!
Hágase una
examinación
completa de los ojos
por lo menos una vez
al año.

Programa de Control de Diabetes
Negociado de Salud Familiar y
Comunitaria
Departamento de Salud Pública de
Massachusetts
250 Washington Street, Fourth Floor
Boston, MA 02108-4619
617-624-5070

Sociedad de Médicos Oftalmólogos y
Cirujanos de Massachusetts
Sus Oftalmólogos Ofreciéndole una
Atención de Calidad a sus Ojos

Diabetes 2000
Un Proyecto Educativo de la Academia
Norteamericana de Oftalmología

Producido por Massachusetts
Health Promotion Clearinghouse,
The Medical Foundation,
www.maclclearinghouse.com

Spanish

Diabetes Puede Dañarle La Visión

*Entérese de lo que puede hacer
para salvar su visión*

PROGRAMA 
DE CONTROL **DIABETES**
Trabajando juntos para el control y la prevención

Departamento de Salud Pública de Massachusetts

Conozca a Dos Personas con Diabetes



Lenora Wright
Edad 67

“Mi madre y cuatro de mis hermanos tenían diabetes. Mi familia llamaba a esta enfermedad ‘azúcar’. Mi madre era ciega, pero yo no sabía en ese entonces que su ceguera podía haber sido causada por la diabetes.”



Arturo Gonzales
Edad 45

“He tenido diabetes por 11 años. Cuando empecé a ver puntitos fui a la doctora. Ella me dijo que tenía los ojos un poco dañados a causa de la diabetes y me preguntó por qué no había ido a verla una vez al año. Yo creía que no era necesario ver a un doctor de ojos a menos que uno tuviera alguna dificultad con la vista.”

¡Esta gente ahora sabe que es necesario ver al doctor de ojos una vez al año!

Información Sobre la Diabetes y las Enfermedades de los Ojos

- La diabetes puede causarle daño a sus ojos.
- La mayoría de la gente que ha tenido diabetes por más de diez años ya tiene algo de daño en los ojos.
- Si se descubren y tratan en forma temprana los problemas de ojos, es posible prevenir la ceguera.
- Es importante hacerse una examinación completa de la vista una vez al año. ¡Esto puede salvarle la visión!

¿Qué son las Enfermedades Diabéticas de los Ojos?

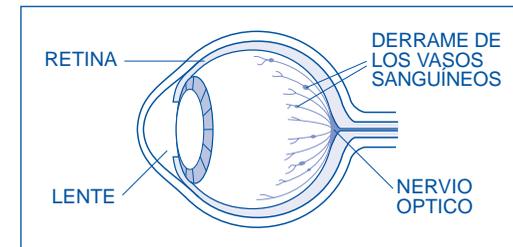
Las enfermedades diabéticas de los ojos son un conjunto de problemas que pueden afectar a la persona con diabetes. Todos estos problemas pueden causar algo de pérdida de visión y a veces la ceguera.

Enfermedades Diabéticas de los Ojos:

- **Cataratas:** el lente del ojo se enturbia.
- **Glaucoma:** la presión de adentro del ojo aumenta y daña el nervio óptico.

Estos dos problemas pueden afectar a la gente que no tiene diabetes también.

- **Retinopatía:** los vasos sanguíneos de la parte de atrás del ojo se vuelven débiles y sangran, causando daño en la retina.



¿Qué es la Retinopatía Diabética?

La retina es el recubrimiento interior de la parte de atrás del ojo, que reacciona a la luz para que usted pueda ver. Hay muchos vasos sanguíneos pequeños que se entrecruzan en la retina. Después de un tiempo, el alto nivel de azúcar en la sangre y la presión de sangre elevada, pueden debilitar estos vasos, causando pérdidas o sangramiento. Como la retina es necesaria para ver, este sangramiento (llamado retinopatía) puede causar visión borrosa y ceguera.

¿Cuál es el Tratamiento para la Retinopatía Diabética?

Es posible reparar los vasos sanguíneos dañados y ayudar a prevenir la ceguera mediante un tratamiento con rayo láser. La cirugía por medio de rayo láser puede ayudar a recuperar parte de la visión perdida, y muy posiblemente evitar que la retinopatía empeore.